Naturheilungen

von

Dr. Rosch.

Inhalt:

Ueber die Ursache der Rückgrats-Verkrümmungen, oder des Schiefwerdens der Kinder und das unfehlbare Mittel dagegen; — Schlaflosigkeit und deren Abhilfe; — Wundfieber und die Vermeidung desselben; — Mastdarmvorfälle und ihre augenblickliche Heilung; — einige Einrichtungen im Hause zur Verhütung von Krankheiten.

Mit einer Tafel Abbildungen.

Nürnberg, 1857.

Verlag von J. L. Lotzbeck.

Fig. 1.

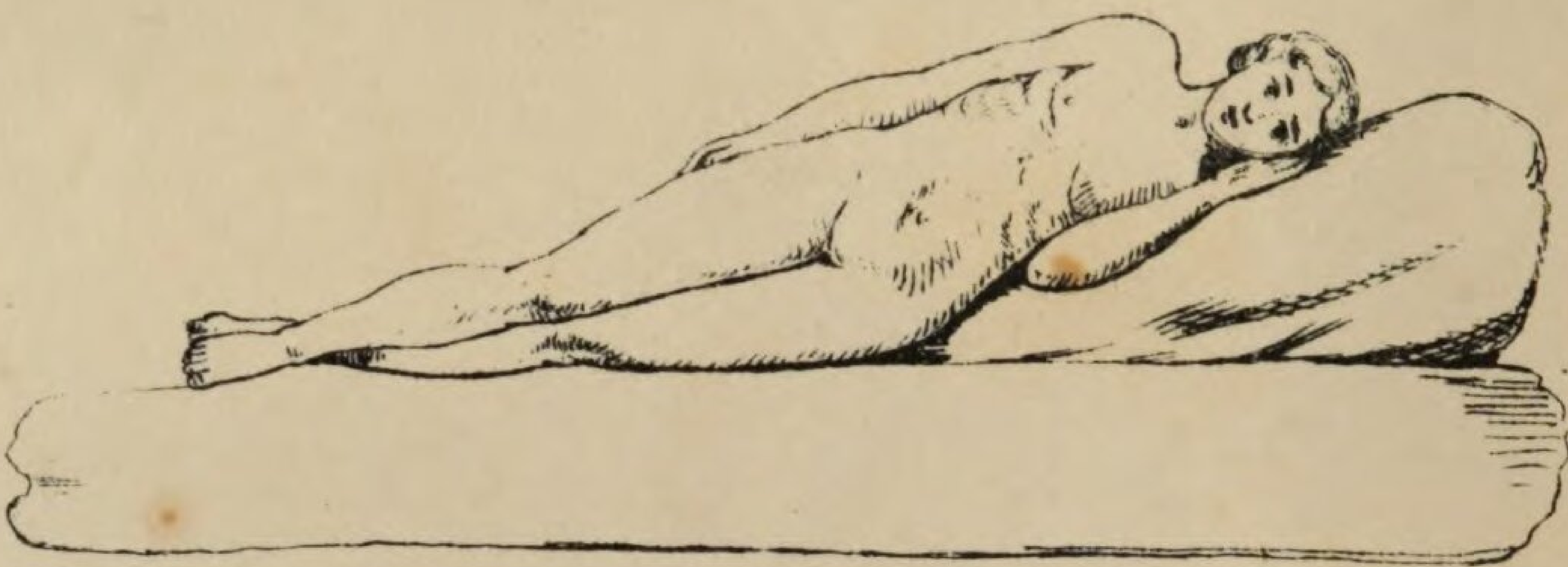


Fig. 2

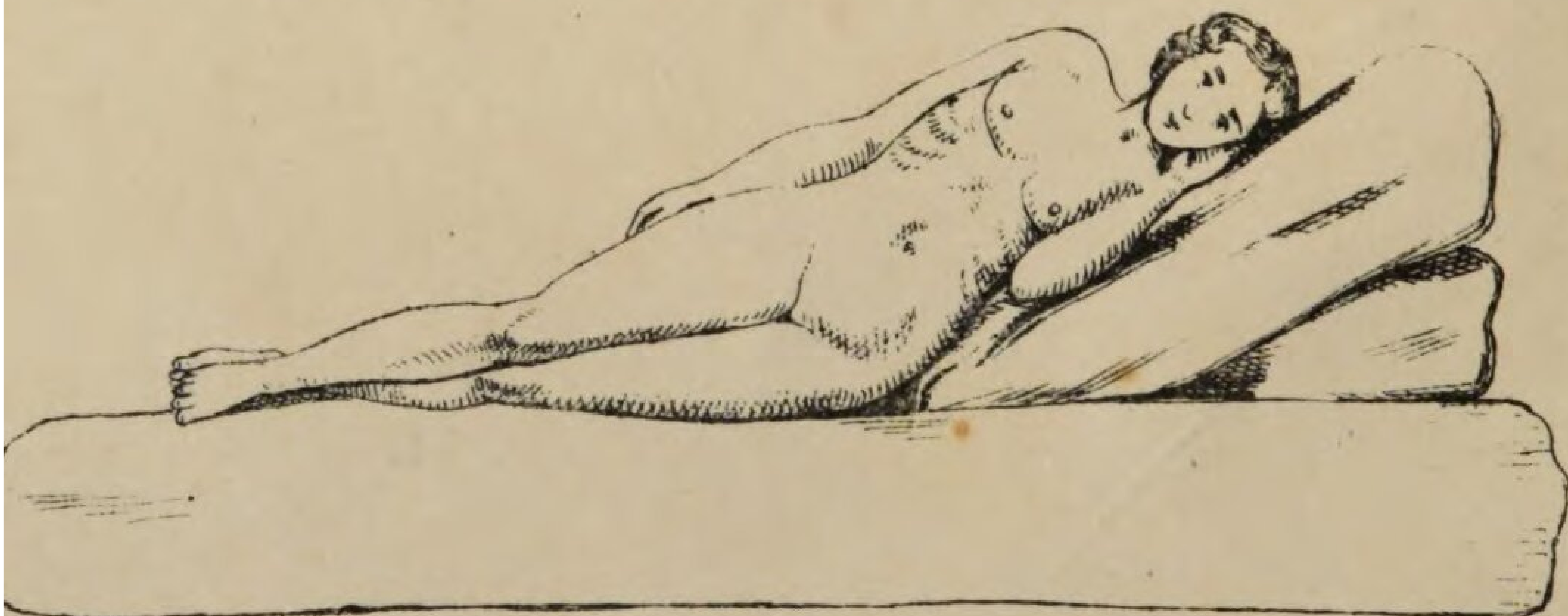


Fig. 3.



Naturheilungen.

Von

Dr. Rosch.

Inhalt:

Ueber die Ursache der Rückgrads-Verkrümmungen oder des Schiefwerdens der Kinder und das unfehlbare Mittel dagegen; 19. Schlaflosigkeit und deren Abhülfe; 41. Wundfieber und die Vermeidung desselben; 50. Mastdarmvorfälle und ihre augenblickliche Heilung; 55. einige Einrichtungen im Hause zur Verhütung von Krankheiten; 58.

Nürnberg, 1857.
Verlag von J. L. Lotzbeck.

Vorwort.

Indem ich diese Blätter herausgebe, muß ich ihrem Inhalte einige Worte vorausschicken, welche den Standpunkt klar machen, von dem aus diese Bestrebungen zu beurtheilen sind.

Unsere civilisirten Mitmenschen haben sich daran gewöhnt, in allen Fällen, die ihren Körper betreffen, sich gedankenlos an ihren Arzt zu wenden, und es ihm anheimzustellen, was er mit ihm machen will, ohne sich selbst die Mühe zu geben, über sich und ihre Natur nur im Mindesten nachzudenken. Eben so gedankenlos nehmen manche Aerzte den Patienten an, und während derselbe ihnen seine Noth klagt, suchen sie in Gedanken eine Büchse in der Apotheke aus, aus der man dem Kranken etwas geben könnte, unbekümmert um die nähern Um-

stände und die besondere Veranlassung dieser Krankheit. Die Gewohnheit macht den Kranken, den Arzt und das Rezept zu drei unzertrennlichen Dingen, und daher kommt es, daß so oft die Hauptsache außer Acht bleibt, nemlich der Entstehungsgrund der Krankheit. In jener Büchse einzig und allein soll das Heil enthalten seyn, und es ist so bequem, sich hinzusetzen und täglich eine andere Büchse aufzuschreiben, aus der man dem Kranken so und so viel verabreichen soll, und so ist es vorgekommen, daß ein Kind, welches keine Nachtruhe fand, und die Nächte hindurch schrie, Monate lang aus vielen solchen Büchsen auch noch sich den Magen verderben mußte, während es zuletzt „Wanzen" waren, welche ihm die Nachtruhe geraubt.

So trivial dieses Beispiel klingt, so ist doch Aehnliches unendlich oft vorgekommen — und hätte ein wenig Nachdenken den Kranken oder den Arzt auf die Spur des Uebels geführt und die Mittel zur Abhülfe an die Hand gegeben, wenn man es nicht einzig und allein in jenen Büchsen gesucht hätte.

Von obiger Ansicht ausgehend hat sich der Verfasser daran gewöhnt, bei vorkommenden Krank-

heitsfällen in seiner Familie erst nach der Ursache zu forschen, ehe er auf medizinischem Wege vorschreitet, und er ist bis auf wenige Ausnahmen stets so glücklich gewesen, die Veranlassung zu körperlichen und geistigen Leiden aufzufinden und zu beseitigen, so daß dessen Familie sich mit Fug und Recht unter die gesunden rechnen darf.

Bei diesen Forschungen nach den Ursachen krankhafter Erscheinungen hat sich gezeigt, daß dieselben oft überraschend nahe liegen, und gerade aus diesem Grunde meist übersehen werden. Es ist aber noch ein Grund vorhanden, warum die meisten Aerzte solche Ursachen übersehen, nemlich der, daß ihre ganze Tendenz nichts weniger als auf Ausrottung ganzer Krankheiten, sondern vielmehr auf Beseitigung einzelner Krankheitsfälle durch Rezepte, gerichtet ist. Wenn man hinter die Ursache der Krankheit kommt, ist ja in den meisten Fällen das Rezept ganz unnütz.

Wie man sich gesund erhält, das ist bis jetzt noch die Aufgabe jedes Einzelnen: gesund zu leben; die Krankheiten zu vermeiden ist aber die wichtigste Kunst. Für diese sollte ein öffentlicher Lehrstuhl auf unsern Hochschulen

gegründet seyn, da die Medizin ihrer Natur und Tendenz nach sich damit durchaus nicht befaßt.

Dieser Lehrstuhl aber müßte für die Studirenden aller Facultäten seyn, durchaus nicht einseitig medizinisch. Eine Gesundheitslehre müßte gegründet werden, welche der künftige Theologe, der Jurist, so gut, wie der Mediziner, mit hinaus in die Praxis nähme, und weit entfernt von bezahlter ärztlicher Praxis weiter verbreitete in seinen Kreisen.

Eine solche Richtung würde Segen bringen, eine solche Lehre wäre ein dringendes Bedürfniß für die kränkelnde Welt.

Alle Tage werden mehr Aerzte und mehr Krankheiten, und außer den Aerzten wollen noch eine Menge Quacksalber, kluge Männer, Wunderdoctoren, alte Weiber, Schäfer, Hirten, Schmiede, Fallmeister von der ärztlichen Praxis leben, denen allen daran liegt, die Krankheiten nicht vermindert, keine derselben ausgerottet zu sehen.

Dem Verfasser ist nun manche Erklärung über bisher Unerklärtes auf dem Gebiete der Gesundheitskunde gelungen, wie ihm von vielen Seiten zugestanden worden ist, und so hält er es für Pflicht, seine Erfahrungen, so weit sie auch für

Andere heilbringend seyn können, als Beitrag zum allgemeinen Wohle zu veröffentlichen, und verweist dabei auf seine frühern Schriften, welche manchen Nothstand der Menschheit beleuchten.

Da wir von der Medizin in dieser Richtung durchaus nichts zu erwarten haben, so hat gewiß jeder, der sich mit der Belauschung der Natur abgibt und ihr etwas abgelernt hat, die Pflicht und die Berechtigung, seinen Mitmenschen die Resultate seiner gelegentlichen Forschungen vorzulegen, und dieß mag das Erscheinen dieser Blätter rechtfertigen.

Wenn die hier abgehandelten Materien einzelne abgerissene Erscheinungen betreffen, die gerade in keiner Beziehung zu einander stehen, so sind das eben veröffentlichte Erfahrungen, wie sie sich einzeln dem Verfasser darboten. Er beabsichtigt damit nichts, als zu zeigen, daß man erst nachsehen soll, ob nicht vor unsern Füßen das Heilmittel liege, ehe wir, darüber wegschreitend, dasselbe in Indien oder in Island suchen, und auf dieser großen Reise endlich bei einer Büchse unsers Herrn Nachbar Apothekers anlangen, um zu erfahren, daß das Mittel aus Indien ꝛc. nicht hilft.

Kommt man hinter die Ursache des Uebels, so hat man in der Regel auch das passende Heilmittel gefunden, wie die nachfolgenden Beispiele beweisen werden.

Die Ursache der Rückgrads-Verkrümmungen, oder des Schiefwerdens der Kinder

und

das unfehlbare Mittel dagegen.

Es ist eine recht betrübende Wahrnehmung, daß, besonders unter den Kindern der höhern Stände, und vorzugsweise unter den Mädchen, die Verkrümmung des Rückgrads (das Schiefwerden) so äusserst häufig vorkommt, so daß oft eine Anzahl Mädchen aus einer und derselben Familie, welche alle gesund und mit vollkommen geraden Gliedern zur Welt kamen, in den spätern Jahren der Entwicklung eine Ausbiegung des Rückgrads, bald nach der linken, öfter aber nach der rechten Seite hin erleiden, welche Verunstaltung mit den Jahren zunimmt.

Es bringt in den meisten Fällen dieser leidige Umstand das arme Wesen um sein ganzes Lebensglück, es schleppt einen gebrechlichen und entstellten Körper durch das ganze Leben fort, und verfehlt seine Bestimmung — abgesehen noch von dem stillen Kummer der Aeltern, welche das ganze traurige Loos eines solchen Kindes voraussehen, und gerne Schätze daranwenden würden, wären sie dadurch im Stande, das Unglück abzuwenden.

Da drängt sich dem Menschenfreunde die wichtige Frage auf: „woher kommt dieses Uebel? und ist ihm nicht zu entgehen?“ So oft wir uns früher diese Frage vorlegten, so Vieles wir über diesen Gegenstand nachdachten, nachlasen — es wollte sich auf diese Fragen nie eine befriedigende Antwort finden, bis uns endlich ein Zufall auf die Spur brachte, und weitere daraufhin angestellte Beobachtungen es in uns zur Gewißheit steigerten, daß dieses Uebel aus einer ganz nahe liegenden Ursache abstammt, die man jedoch für viel zu unschuldig hält, als daß man ihr das Verderben zutrauen sollte, das sie anrichtet.

Bevor wir diese Ursache nennen, müssen wir jedoch erst die Vermuthungen würdigen, die man zuweilen äussern hört in Betreff der Veranlassung zu diesen Verkrümmungen.

Die orthopädischen Anstalten haben sich mehr mit der Heilung, als mit der Verhütung dieses Uebels, beschäftigt, und es ist ihnen öfters gelungen, das Uebel zu beseitigen. Wenn sie aber den eigentlichen Entstehungsgrund nicht kannten und beseitigten, so kam das Uebel einige Zeit nach der Entlassung aus der Anstalt wieder zum Vorschein. Wir werden sehen, warum die Kur gelang, aber auch warum der Rückfall erfolgte.

Unter den Vermuthungen über den Entstehungs-Grund des Uebels steht oben an: das Sitzen

in der Schule, oder bei besondern Beschäftigungen, als Sticken, Nähen ꝛc. ꝛc.

Es ist bekannt, und nicht in Abrede zu stellen, daß gewisse Handwerker durch ihre tägliche Beschäftigung eine eigenthümliche Stellung ihres Körpers annehmen, die sie Jedem kenntlich macht. Aus eben dem Grunde wäre es auch denkbar, daß eine schiefes Sitzen bedingende Beschäftigung, wie z. B. am Stickrahmen, eine bleibende schiefe Stellung des Rückgrades hervorbrächte. Allein es ist zu bedenken, daß die Kinder weder am Stickrahmen, noch in der Schule, lange auf Einer Stelle und in einer Stellung aushalten, daß eine lange Praxis in irgend einer Beschäftigung dazu gehört, bis der Körper ein eigenthümliches Gepräge annimmt. Es ist ferner zu bedenken, daß diese Verkrümmungen auch schon in einem Alter beginnen, das noch keine Veranlassung bot, so beharrlich in Einer und derselben Stellung zu bleiben, um den Körper dadurch für immer zu verkrüppeln. Dieß kann der Entstehungsgrund des gedachten Gebrechens nicht seyn. Weiters wurde diese Verkrümmung auf Rechnnng der Schnürleiber geschrieben; aber es kommen solche Verkrümmungen schon vor in einem Alter, wo noch keine Schnürleiber (oder Leibschnürer) angewendet werden.

Es kann gewiß nicht unsere Absicht seyn, dem Schnürleibe das Wort zu reden; im Gegentheile

haben wir in frühern Schriften uns vielfältig gegen denselben ausgesprochen. Er hat unleugbar andere Nachtheile; aber an den Rückgrads-Verkrümmungen hat er keine Schuld. Im Gegentheil wäre es noch eine zu lobende Seite des Schnürleibs, daß er den Körper gerade hält, wenn nicht seine übrigen Nachtheile diesen Einen Vortheil weit überwögen.

Zwar sagt man, es käme vor, daß Mädchen, die sich selbst einschnüren, dieses Geschäft unrichtig betrieben, und sich schief einzuschnüren pflegten. Der Einwurf läßt sich hören; er hat etwas Glaubhaftes für sich; es ist ihm aber der Umstand entgegenzusetzen, daß nicht blos Mädchen, sondern auch Knaben, schief werden und daß die Verkrümmung ja auch bei Mädchen schon vor der Zeit eintritt, wo Schnürleiber angewendet zu werden pflegen.

So, glauben wir die herrschenden Meinungen über den Entstehungsgrund dieser so häufigen Rückgradsverkrümmungen widerlegt zu haben. Aber nun wirft sich von selbst die Frage auf: „Wo liegt „denn der Fehler? welches ist denn aber die gemeinsame Ursache eines so verbreiteten Uebels?" — und wir antworten: Das Bett.

Jetzt aber bitten wir den Leser um ungetheilte Aufmerksamkeit. Wir werden uns bestreben, ihn auf dem nemlichen Wege zu der Ueberzeugung hinzuführen, auf welchem wir zu derselben gelangt sind. Es mag mancher Leser auf den ersten Blick denken:

wie kann das Bett an diesem Unheil schuld seyn, da doch alle Menschen zu Bette gehen? Warum werden dann nicht alle schief? — Man betrachtet von Kindheit an das Bett als das weiche unschuldige Lager für den gleichfalls unschuldigen Schlaf, man betrachtet das Bett für die Freistätte vor allen unsern widrigen Einflüssen, für eine Freistätte der Schwachen und Kranken, und glaubt um so mehr den Gesunden gut aufgehoben und ausser aller Gefahr, wenn er im Bette liegt. Dem ist aber nicht so; nicht jedes Bett ist so unschuldig an unserm Wohl- oder Uebelbefinden, wie wir glauben; seine Beschaffenheit greift tief ein in unser Leben

Schon im Jahre 1837 hat der Verfasser eine kleine Schrift herausgegeben über „das Bett, den Schlaf und den Traum in Beziehung auf die Gesundheit." Sie ist erschienen bei Zeh in Nürnberg, und hat seitdem bei Lotzbeck daselbst die 3te verbesserte Auflage erlebt.

In jener Schrift schon ist ausführlich nachgewiesen, wie der Mensch durch ein unzweckmäßiges Bett, oder durch schlechtes Liegen in demselben, den äussern Character des Alters, so wie gewisse Gebrechen, als Brust- und Unterleibs-Uebel u. s. w. vor der Zeit und in den Jahren der Kraft sich zuziehen könne; aber es sind dort, wie uns neuere Beobachtungen klar gemacht haben, noch bei Weitem nicht alle nachtheiligen Folgen einer unzweck-

mäßigen Lage im Bette ausgemittelt und bezeichnet. Namentlich ist des Schiefwerdens, oder der Rückgradsverkrümmungen als einer Folge desselben, nicht erwähnt.

Es ist erstaunlich, wie schlecht manche Menschen im Bette liegen! Kinder und junge Leute, welche Abends müde sind, wissen davon nichts. Sie schlafen beim Niederlegen sofort ein, und in den wenigen Minuten, bis das geschehen ist, fühlen sie das Fehlerhafte ihrer Lage nicht, ist ihnen jede Lage recht. Wenn sie wieder erwachen, so haben sie in der schlechten Lage die Nacht zugebracht, und da der Mensch beinahe die Hälfte vom Leben im Bette zubringt, wer zweifelt nun, daß eine schlechte Lage im Bette ihren bleibenden Nachtheil habe?

Wir kommen nun unserem Ziele näher, wenn es uns gelungen ist, den Leser zu überzeugen, wie wichtig es ist, gut im Bette zu liegen, wenn uns eingeräumt wird, daß eine fehlerhafte Lage im Bette, wo wir einen so großen Theil unseres Lebens verbringen, von Folgen seyn kann. Daß, und wie eine fehlerhafte Lage bei solchen Kindern stattfindet, dieß soll jetzt gezeigt werden, und auch der Weg, wie der Verfasser dahinter kam. Da man nemlich nicht Gelegenheit hat, solche Kinder — wenn es nicht die Eigenen sind — während der Nacht im Schlafe zu beobachten, so mußte ein anderer Weg gefunden, nemlich von der Wirkung

aus rückwärts auf die Ursache geschlossen werden, und die Beobachtung im Schlafe sollte blos die Bestätigung von der Richtigkeit des Schlusses bilden.

Daß das Uebel nirgends, als im Bette, seinen Ursprung haben könne, war uns lange klar. Nun aber fügte sich's, daß der Verfasser hintereinander eine ziemliche Anzahl solcher Kranken oder Verkrüppelten zu sehen bekam, welche sämmtlich ein nach der rechten Seite ausgebogenes Rückgrad hatten. Dabei fiel uns die Beobachtung auf, daß alle diese Personen vorne auf der linken Rippenseite eine — zuweilen sehr starke — Vertiefung hatten. Die Rippen waren auf der linken Seite so eingedrückt, daß die 2te, 3te und 4te Rippe (von unten herauf gezählt) nicht die Form der rechtseitigen normalen Rippen hatten, sondern einwärts gebogen waren.

Der Ursache dieser Einbiegung nachsehend ergab sich, daß, wenn man die linke Hand des Verkrümmten herauf an sein Gesicht brachte, und den zusammengebogenen Arm dann an den Körper andrückte, das Ellenbogengelenke gerade in diese Vertiefung paßte. Nun konnte kein Zweifel mehr seyn, was die Ursache dieser eingedrückten Rippen und des dadurch verkrümmten Rückgrades seyn könne.

Es war die Lieblingslage solcher Personen gefunden worden, welche sie in der Nacht am

häufigsten einnahmen, und die ihnen so nachtheilig wird. Es ist dieß die Lage, welche auf der angefügten Kupfertafel unter Fig. 1. und 2. vorgezeigt ist, wo sie namentlich den Kopf in die Hand legen, und mit den Rippen auf dem Ellbogen-Gelenke zu liegen kommen. Dadurch drücken sich vorerst die Rippen ein, und **in Folge dessen** weicht das Rückgrad nach der entgegengesetzten Seite aus. Durch den allnächtlich wiederholten Druck eines harten Körpers auf die nämliche Stelle der Rippen und das Ausweichen des Rückgrads geht allmählich eine innere Verwechslung vor sich; es wird auch bei Tage, wo es möglich ist, diese Stellung angenommen, und nun geht das Schiefwerden mit Gewalt weiter.

Unter den Verkrüppelten, die der Verfasser untersuchte, befanden sich 3 schon Erwachsene von 20 bis 25 Jahren, welche sich, nachdem sie darauf aufmerksam gemacht worden sind, selbst beobachteten. Diese versicherten, daß sie sich sehr oft in der Nacht in dieser nachtheiligen Stellung überraschten, und daß es ihnen Mühe mache, dieselbe zu vermeiden, weil der Körper immer wieder mechanisch zu derselben zurückkehre.

Diese vorherrschende Lage muß es seyn, weil der Körper davon ein abnormes Gepräge annimmt.

So wie der Körper in der Nacht immer wieder in diese einseitige Lage zurückzukehren trachtet, eben so thut er es, so bald eine innere Verwachsung schon begonnen hat, auch bei Tage, sowohl im Sitzen, als im Stehen. Wenn man dann glaubt, durch immerwährendes Erinnern das Kind zum Geradesitzen, Geradestehen, überhaupt zu einer regelmäßigen Haltung bringen zu können, so erreicht man durch diese immerwährende Quälerei gar nichts, wenn nicht die Lage im Bette verbessert wird, da diese am längsten andauert, und den vorherrschenden Einfluß hat.

Es soll hier zur Bestätigung des aufgestellten Satzes noch eingeschaltet werden, daß auch in anderer Beziehung eine unzweckmäßige Lage im Bette schadet. Wer hat z. B. nicht schon Leute mit schiefen Nasen gesehen, welche entweder nach der rechten oder nach der linken Seite hin ausgebogen sind? — Was könnte nun eine Nase veranlassen, nach irgend einer Seite hin abzuweichen, wenn ihr nicht eine äußere Ursache die Veranlassung dazu gäbe? — Diese Leute graben sich nämlich mit dem Kopfe in die Kissen ein, wenn sie auf der einen Seite liegen, daß sie die Nase dadurch auf die Seite drücken, und wenn dieß alle Nächte wieder geschieht, so wird diese schiefe Stellung bleibend.

Wie kommt nun aber der Mensch zu einer so nachtheiligen Lage im Bette, daß ihm die Rippen

und das Rückgrad krumm werden? Durch nichts Anderes als durch zu hohe üppige Kissen. Wenn der Mensch auf dem Rücken liegt, und unter dem Rücken und Kopfe hohe Kissen hat, so nähert sich seine Lage halb der sitzenden Stellung. Wenn er sich aber nach der Seite dreht, so muß sich der Körper sonderbar krümmen, weil der untere Theil des Körpers waagrecht liegt, der obere Theil aber an einem Berge lehnt.

Dieses nach der Seite Ausbiegen des Körpers ist schon eine naturwidrige Stellung.

Nun braucht aber der Kopf eine Unterstützung gegen das Herabgleiten von der schiefen Bergfläche, und nun wird der Kopf in die Hand, oder mit dem Kiefer in die hohle Handfläche gelegt und der Ellbogen mit dem Vorderarm dient dem Kopfe als Stütze — und so kommt es, daß hohe Kissen die nachtheilige Lage veranlassen.

Nun wird es Niemanden mehr wundern, daß die Töchter ganzer Familien zuweilen alle schief geworden sind; es braucht dazu weiter nichts, als daß eben hohe Bettkissen in diesem Hause im Gebrauche sind. Eins von den Kindern hilft sich vielleicht anders, als durch Unterstützen des Arms; es zieht vielleicht die Kissen herunter, um sich eine natürlichere Lage zu verschaffen, oder es wirft allnächtlich den Ueberfluß der Kissen hinaus. Dieses

Kind, vielleicht das Schwächste von seinen Geschwistern, bleibt gerade.

Hier ist wieder der Ort, wo es nöthig wird, den Begriff von hohen Kissen oder flachen Betten genauer festzustellen, da hierüber die Begriffe sehr von einander abweichen. Dem Verfasser ist es vorgekommen, daß man ihm versicherte: Unsere Kinder schlafen in ganz flachen Betten; und als er sich selbst überzeugte, waren sie zwar nicht so steil, wie die der Alten, aber noch immer viel zu hoch, um für Kinder, die in der Entwicklung begriffen sind, eine zweckmäßige Lage zu gestatten. Hier nannte der Vater die Betten seiner Kinder ganz flach, weil sie ihm seiner Gewohnheit nach zu niedrig gewesen wären, denn er saß beinahe aufrecht im Bette; die Kinder lehnten blos an einem Berge, den Kopf in der flachen Hand, und den Ellbogen unter den Rippen.

Dieß soll hier deßhalb angeführt seyn, damit nicht der geneigte Leser selbst den Schluß macht: Die Betten meiner Kinder wären mir viel zu flach, folglich sind sie nicht zu hoch, und ihr Schiefwerden muß also eine andere Ursache haben. Nein, er sehe nur nach den Rippen, und sind diese auf der einen Seite — entweder der Linken oder der Rechten — eingedrückt, so sind ganz bestimmt die Betten zu hoch. In einem waagrechten Bette fällt der Grund weg, den Arm unter den Kopf zu

stützen, und kommt deßhalb die beschriebene, Nachtheil bringende Lage, gar nicht vor.

Deßwegen muß man sich genau verständigen über das, was hier flach oder hoch zu nennen ist, und man muß einen Unterschied machen zwischen Kindern und alten Leuten. Die Natur der Kinder kehrt gerne zu dem Natürlichen zurück, wenn sie davon abgekommen ist; bei ältlichen Personen aber sind Gewohnheiten nicht so leicht wieder auszurotten. Wer einmal lange Zeit hindurch gewohnt war, halb sitzend zu schlafen, wird bei einer flacheren Lage an Congestionen zu leiden haben und sich übel befinden, deßwegen aber mache er nicht denselben Schluß auf seine Kinder; mit diesen ist es ganz anders.

Nun fragt es sich, Wie muß ein Bett für Kinder beschaffen seyn?

Bestehe es nun aus einem blosen Strohsacke, oder ist auf diesen eine Matratze, oder ein Federbett gelegt: gleichviel, es muß waagrecht liegen wie eine Bank, eine Tischplatte oder der Fußboden.

Läge der Mensch stets auf dem Rücken, so wäre weiter nichts nöthig bei Kindern und solchen Erwachsenen, welche nie auf höheren Kissen gelegen haben. Da es aber aus verschiedenen tiefer liegenden Gründen nicht angeht, daß der Mensch 6 bis 10 Stunden lang unverrückt auf Einer Stelle liegt, und er sich im Schlafe auch abwechselnd bald auf

die rechte bald auf die linke Seite wenden will, so ist noch etwas nöthig, welches für die Lage auf der Seite die Höhe der Schulter ausgleicht, damit der Kopf nicht abwärts hängen muß, wenn der Schläfer auf der Seite liegt. Zu diesem Zwecke ist ein nicht zu volles Kissen das Beste. Dieses einzige dünne Kissen kann man nach Bedürfniß legen, verrücken, zusammenschlagen, kurz gebrauchen, um dem Kopfe die passende Lage zu geben, daß er keiner Unterstützung durch die Hand bedarf. Auf einem solchen Bette wird kein Kind schief werden, und es muß der Unterschied sogleich Jedem klar werden zwischen einem solchen und einem Bette, wo der Körper in einem Pfuhl von Federn versinkt, der Oberkörper an einem Berge von Kissen lehnt (was beim Liegen auf der Seite den ganzen Menschen schon schief stellt) wo der Kopf immer von dem Kissenberge herabzugleiten strebt, und gar nichts übrig bleibt, als den Letzteren mit der Hand zu unterstützen — und es müßte, sage ich, wie man denken sollte, der Unterschied Jedem gleich einleuchten.

Aber — er leuchtet nicht Jedem gleich ein, und Leute, die selbst gewöhnt sind, auf hohen Kissen zu liegen, gehen sehr hart daran, ihre Kinder auf ein waagrechtes Bette zu legen, selbst wenn sie sehen, daß es ihr Unglück ist. Sie suchen uns immer zu überreden, daß die fehlerhaften Betten ja ganz

waagrecht seyen, und ändern sie in unserm Beiseyn nicht einmal gerne. Sobald sie sich aber unbeobachtet wissen, weichen sie wieder von der Vorschrift ab. Kinder, deren Aeltern sich so wenig zu einer klaren Ansicht der Dinge erheben können, sind daher zu beklagen.

Je öfter man an verschiedenen Individuen die Sache beobachtet, desto fester wird die Ueberzeugung, daß diese Lage, und nichts Anderes, die Ursache dieser Verkrümmung ist.

Haben nun die Heilanstalten diese Kinder auf das Streckbette gelegt, und dieß Jahre lang fortgesetzt, so haben sie in vielen Fällen ihren Zweck erreicht, wenn dadurch die Lage auf dem Ellenbogengelenke unmöglich ward. Bei Kindern, die mehr oder weniger stark in der Entwicklung begriffen waren, verbesserte die Natur nunmehr den entstandenen Fehler mehr oder weniger schnell. Wurden aber diese Kinder als geheilt entlassen, und legten sich wieder in die, zu Hause üblichen hohen Betten, so zogen sie sich aus den nemlichen Ursachen das nemliche Uebel wieder zu. Ist einmal das Uebel dagewesen, so ist immer eine Neigung vorhanden, wieder in die Lage zurückzukehren, welche dasselbe hervorgerufen — wenn die veranlassenden Umstände, die hohen Kissen, nicht beseitigt worden sind. Man würde daher sehr Unrecht thun, wenn man der Heilanstalt das Wiedererscheinen des

Uebels zur Last legen wollte — nein, es ist auf's Neue verschuldet wie das Erstemal.

Die Heilanstalten beschäftigen sich natürlich nur mit den bereits Verkrüppelten; die Medizin überhaupt kümmert sich wenig um die Gesunden; Krankheiten sind ihre Aufgabe, daher geschieht so wenig für die Verhütung von Krankheiten.

Von einem neuen Arzeneimittel nimmt die ganze Heilkünstlerwelt sofort Notitz; aber Vorschläge zur Verhütung der Krankheiten gehen verloren, wenn sich nicht der Laye selbst derselben bemächtigt. Es ist daher nothwendig, daß die Kenntniß von der Ursache dieser Gebrechen allgemein werde, damit hauptsächlich Aeltern und Erzieher ein wachsames Auge auf ihre Kinder und Pflegbefohlenen haben können. Viele wieder haben die Mittel nicht, ihre Kinder in vielleicht entfernte Heilanstalten zu geben, deßwegen soll diese kleine wohlfeile Schrift für jeden zugänglich seyn, der an einem Kinde den Beginn dieses schrecklichen Uebels wahrnimmt, und keinen Rath weiß. Haben Aeltern oder Erzieher das Wesen und den Entstehungsgrund dieser Krankheit erkannt, so werden sie selbst bei einigem Nachdenken die richtigen Mittel dagegen zu finden wissen.

Fig. 1. der angefügten Abbildungen zeigt die fehlerhafte Lage bei mäßig hohen Kissen. Schon da drückt der unterliegende harte Gegegenstand (das Ellbogengelenke) die Rippen ein, und giebt dem

Körper eine schiefe Stellung. Noch viel mehr ist dieß der Fall bei noch höhern Kissen, wie Fig. 2. der Abbildungen. Es ist da gar nicht anders möglich, als daß der Körper schief werde. Schon das Lehnen an dem Berge von Kissen bedingt für den Fall, daß der Schläfer nicht auf dem Rücken, sondern auf Einer der Seiten, liegen will, eine natürliche Biegung des Körpers nach der Seite hin; kommt dann noch die harte Unterlage dazu, so muß die bleibende Verkrümmung erfolgen.

Man könnte hier billig fragen: wird sich der Schläfer auf der andern Seite nicht eben so legen? und wird nicht dieser Umstand den Fehler wieder gut machen, dadurch, daß die nämliche Lage auf der andern Seite das Rückgrad wieder herüber drückt? Dieß ist aber keineswegs der Fall, was schon der Umstand beweist, daß auf der andern Seite die Rippen nicht eingedrückt sind. Wenn der Mensch, auf der andern Seite liegend, ebenfalls die Hand unter den Kopf legt, so thut er es jedoch auf eine andere Weise, so daß die Rippen nicht auf dem Ellbogengelenke zu liegen kommen. Diese Ungleichheit in der Lage auf den beiden Seiten mag ihren Grund haben in der Verschiedenheit der innern Ausstattung beider Seiten. Da nemlich der Körper im Innern nicht so symetrisch beschaffen ist, wie im Aeußern, weil z. B. auf der Einen Seite das Herz liegt, während auf der Andern keines

ist u. s. w., so mag hierinen auch ein Unterschied in der Lage seine Veranlassung finden.

Bei den bei weitem meisten Verkrümmungen geht die Ausbiegung des Rückgrads nach der Rechten, die rechte Schulter ist höher und die linken Rippen sind eingebogen; wo dieses Verhältniß umgekehrt stattfindet, da ist gewiß eine besondere innere Veranlassung dazu vorhanden.

Nun aber kommen wir zur Hauptfrage:

1) Was ist zu thun, wenn man eine Vertiefung in den Rippen, und dieser gegenüber eine Ausbiegung (Verkrümmung des Rückgrads) bemerkt? — oder — wie ist dem Uebel zu begegnen.

Sorgsame Eltern sehen das Uebel in seinem ersten Entstehen. Anfänglich glauben sie blos zu bemerken, daß die eine Schulter höher sey, als die andere; sie sind der Sache nicht ganz gewiß; sie beruhigen sich selbst, und lassen's auf sich beruhen, bis nach einiger Zeit der Fehler auffallender wird. Ja, heißt es jetzt, es ist nicht anders, Du wirst einseitig, wenn Du nicht auf Dich Acht hast, und Dich gerade hälst. Nun wird dem Kinde zugesetzt mit hundertmal wiederholten Ermahnungen, sich gerade zu halten; aber die Nacht, an die Niemand denkt, macht das Uebel schlimmer, und trotz allen Ermahnungen, sowohl in sanften als harten Wor-

ten, wird das Kind schief. Nun wird allerlei gebraucht, nur nicht das Rechte; die Verkrümmung aber schreitet fort und mehrt sich mit jeder Nacht.

Haben nun die Aeltern das nöthige Vermögen, so schicken sie das Kind in ein orthopädisches Institut, wo es Jahr und Tag auf dem Streckbette liegt, und vielleicht wieder gerade wird, aber nur so lange gerade bleibt, als es sich des Streckbettes bedient. Kehrt die erste Ursache der Verkrümmung wieder (die Lage mit den Rippen auf dem Ellbogengelenke nemlich) so bildet sich die Verkrümmung aufs Neue.

Bei dem ebenbeschriebenen Anfange des Uebels, wo man noch zweifelhaft ist, ob? oder ob nicht? da kann man noch leicht helfen, wenn die Ursache entfernt, nemlich die Lage mit den Rippen auf dem Ellbogengelenke unmöglich gemacht wird. Dieses geschieht ohne alle Belästigung für das arme Kind dadurch, daß man auf der Seite, wo die Vertiefung in den Rippen sich bemerkbar macht (also auf der eingebogenen, nicht ausgebogenen Seite) die Hand mit dem Fuße auf der nemlichen Seite durch ein Band oder eine Schnur so verbindet, daß die Hand, auch wenn das Kind das Bein herauf an den Leib zieht, nicht unter den Kopf oder das Kinn geschoben werden kann, mit Einem Worte, daß die beschriebene nachtheilige Lage unmöglich gemacht wird.

Die Fig. 3. wird das versinnlichen. Es ist gerade nicht nöthig, daß das Band beim Stehen ganz straff angezogen werde; aber zu lange darf es nicht seyn, weil das Kind sonst doch wieder die nachtheilige Lage ermöglicht.

Am besten ist es, um das Handgelenke und um den Fuß ein Riemchen von Leder zu schnallen, und von dem einen Riemchen zum andern ein Band laufen zu lassen, welches lange genug ist, um keinen großen Zwang auszuüben, und doch kurz genug, um es zu verhindern, daß die Hand unter den Kopf gelegt werden kann. Wird dieses gewissenhaft beobachtet, so kann man vorerst beruhigt seyn, das Uebel wird ganz gewiß nicht weiter vorschreiten, ja bei der fortschreitenden Entwicklung des Kindes wird sich der noch kleine Anfang zu einem großen Uebel in Kurzem wieder verlieren.

Zugleich mit dieser Maßregel ist es aber unerläßlich, daß das Bette waagrecht gemacht werde, so wie wir es oben beschrieben haben, denn, da die fehlerhafte Lage eben aus den zu steilen Kissen entstanden ist, da das Kind die Hand unter den Kopf gestützt hat, um ihn nicht von dem Berge herabgleiten zu lassen, so muß nunmehr die Kissenlage ganz niedrig gemacht werden, damit das Unterstützen des Kopfes nicht mehr nöthig wird.

Da die Hand gefesselt ist, wenn man das Band anbringt, und nicht unter den Kopf ge-

schoben werden kann, so muß man auch die Lage durch flachere Kissen erleichtern. Bleiben die Kissen hoch, so ist nicht dafür zu stehen, daß sich der schon schief gewöhnte Körper eine andere Lage sucht, die das Schiefwerden befördert.

Die Verkrümmungen kommen meistentheils schon in der Jugend vor, weil da die Rippen und Rückenwirbel noch weich sind und einem Drucke leicht nachgeben; aber der Erwachsene ist darum nicht sicher. Gar häufig kommt es vor, daß ältere Leute erst schief werden, ja im hohen Alter ist es eine gar gewöhnliche Erscheinung bei Leuten, die ihr ganzes früheres Leben hindurch gerade waren.

Dieß hat seinen Grund darinen, daß ältere Personen oft an Brustbeklemmungen, an Congestionen nach dem Kopfe und dergl. leiden, und deßwegen sich hohe Kopfkissen unterlegen. Und so sind es abermals die hohen Kopfkissen, welche die verderbliche Lage veranlassen, und ein Uebel erzeugen, das diesen alten Leuten noch die letzten Lebenstage verkümmert, und die sich ohnehin einfindenden Gebrechen des Alters unnöthig vermehren.

Wenn der Titel dieses Werkchens verspricht:

„die Ursache der Rückgradsverkrümm-
„ungen oder des Schiefwerdens der Kin-
„der anzugeben,"

so hat es seine sich selbst gestellte Aufgabe gelöst. Es ist wirklich keine andere Ursache als die ange-

gebene, und man lasse sich nicht irre machen durch fixe Ideen, welche in manchem Hause sich eingeschlichen haben, weil man die Ursache des Uebels suchte, aber nicht fand. Da kommt es oft vor, daß man behauptet, eine Kindsmagd hätte das Kind einmal fallen lassen, oder dergleichen; davon sei das Kind später schief geworden. Der Haß der Familie haftet oft lebenslang auf der unschuldigen Kindsmagd, und was das Schlimmste ist, man bemüht sich nun nicht weiter, eine andere Ursache zu suchen und zu vermeiden.

Hat der Titel ferner versprochen:

„das unfehlbare Mittel gegen das Schief-
„werden der Kinder anzugeben,"

so ist auch dieses Versprechen erfüllt, so einfach auch das Mittel selbst ist.

Es wird um so wirksamer werden, je früher es angewendet wird, in jedem Stadio des Uebels wird es das Weiterschreiten desselben verhüten. Mit Absicht ist daher auf dem Titelblatte gesagt:

„über das Schiefwerden der Kinder,"

weil bei Kindern noch zu helfen, bei Personen von vorgeschrittenen Jahren aber das Uebel schon alt und unheilbar ist, und nur seinem Fortschreiten gewehrt werden kann.

Wenn ein Alter gebückt an seinem Stabe einhergeht, so sagt man: Es ist die Last der Jahre, die ihn gebeugt; das ist aber keineswegs der

Fall; das Alter allein ist es nicht, was ihm die gebückte Stellung gab, sondern die schlechte Lage im Bette, wo vielleicht der ganze Körper gerade, und nur unter dem Kopfe zu viel Polster liegt, so daß der Liegende das Zimmer übersieht, als wenn er säße, während er beim Liegen auf dem Rücken die Zimmerdecke sehen soll.

So weit hatte der Verfasser geschrieben, als er bemerkte, daß Leute, mit denen er in der nemlichen Angelegenheit so deutlich und faßlich wie hier gesprochen hatte, ihn immer nicht so vollkommen verstanden, daß sie die Sache noch nicht in ihrer ganzen Schärfe einsahen und sie bei ihnen Ueberzeugung würde. Sie hatten ihren Kindern, an denen sie den Beginn des Schiefwerdens bemerkten, das Band an Hand und Fuß, wie es oben beschrieben worden, angelegt, aber nach einigen Wochen nicht mehr strenge darauf gehalten, und es ist wieder unterblieben; oder sie haben es so angemacht, daß das Kind dasselbe in der Nacht leicht lösen konnte; oder sie haben es zu lang gemacht, so daß das Kind, wenn es das Bein heraufzog, die nachtheilige Stellung doch möglich machen konnte, wodurch sie nur noch viel nachtheiliger wurde; — oder endlich, sie wollten erst das Kind

(beobachten

ob es denn wirklich so liege, und sahen nichts, weil sie Nachts selbst schliefen und im Schlafe nichts beobachtet wird.

Es wird daher nöthig seyn, hier nochmals Einiges zu erinnern:

Ein langes Beobachten der schlafenden Kinder ist durchaus nicht erforderlich; man sehe oder fühle nur vor Allem nach den Rippen. Sind diese auf der Einen Seite einwärts gedrückt, dann ist es schon gewiß, daß das Kind während der längsten Zeit des Schlafes die nachtheilige Lage einnimmt und behauptet. Dann ist also die größte bestimmteste Gefahr vorhanden und dann bringe man das beschriebene Band an, genau so lang, wie es in der Abbildung Fig. 3 gezeigt ist.

Man versichere sich in der Nacht oder am Morgen, ob das Kind das Band nicht aufgelöst hat.

Wenn man nun fragt, wie lange ein solches Band gebraucht werden muß? so müssen wir antworten: so lange, bis das Kind (oder der Erwachsene) die nachtheilige Lage gänzlich entwöhnt hat, und dieses wird um so schneller erreicht, wenn gleichzeitig das Bett nach obiger Anweisung abgeändert wird. Uebrigens ist dieses Band ein so leichtes Mittel, daß sich die Frage nicht lohnt: wie lange muß man es anwenden? Und sollte es zeitlebens angewendet werden müssen, was wäre

das für ein Opfer, wenn dagegen der Mensch, der in Gefahr steht, gänzlich zu verkrüppeln, gerade bleibt? — Oder — ist vielleicht dieses Band ein zu leichtes Mittel? Fast möchte es so scheinen, denn viele Aeltern lassen ihr Kind, auf dem Streckbette in eiserne Maschinen eingeschraubt, Jahre lang liegen. Aber dieses leichte Band hat bei ihnen nicht das Ansehen, wie jene eiserne Zwangsjacke, und doch beseitigt es die Ursache des Schiefwerdens vollkommen.

Ein Anderer hatte seiner Meinung nach eine Verbesserung angebracht, indem er das Band nicht auf der eingebogenen, sondern auf der entgegengesetzten ausgebogenen Seite anbrachte, in der irrigen Meinung, dadurch die zu hohe Schulter herabzuziehen. Aber, abgesehen davon, daß dieß durch ein solches Band nicht zu bewirken ist, hatte der gute Mann auch vergessen, worauf es hier ankommt, und hätte den ganzen Zweck verfehlt, da die Lage mit den Rippen auf dem Ellbogengelenke dadurch nicht vermieden wird.

Es seien diese Irrthümer hier deßhalb angeführt und widerlegt, weil Andere ebenfalls in dieselben verfallen könnten, und es ist nöthig, noch zu erinnern, daß die Kinder sich ungerne diesen kleinen Zwang gefallen lassen, und gewöhnlich in der Nacht das Band lösen. Hier ist nun weiter nichts zu thun, als es mit Strenge durchzusetzen, daß

das Band geschlossen und in seiner Wirksamkeit bleibe. In kurzem wird sich das Kind daran gewöhnen, und die frühere Lieblingslage aufgeben. Wem es schwer wird, dem Kinde hier einige Gewalt anzuthun, der bedenke, daß jede andere Kur mit weit größeren Gewaltmitteln verbunden ist, wie z. B. das Streckbett, das eiserne Corset, u. s. w. Der bedenke ferner, wie sehr es ihm das Kind später danken wird, es durch ein so leichtes Mittel von der gänzlichen Verkrüppelung bewahrt zu haben.

Nun ist noch die Frage zu erörtern: wie ist es überhaupt mit der Heilung im Gegensatz von der Verhütung des Uebels der Verkrümmung beschaffen? ist sie möglich und in welchen Fällen ist sie es?

Da, wie wir gezeigt haben, die Verkrümmung des Rückgrads von der Einbiegung der Rippen herkommt und letztere die Ursache derselben ist, so ist leicht einzusehen, daß diese Ursache nicht wieder ganz entfernt werden kann. Man hat kein Mittel, die Rippen wieder von innen herauszudrücken; doch, da der Mensch sich allmählig ausbildet und namentlich die Brust in gewissen Jahren sich erweitert, so ist es, daß die Natur Mittel findet, einen kleinen Fehler der Art unschädlich zu machen, wenn der allnächtliche Druck eines festen Körpers auf diese Stelle aufhört und wenn dann die Rück-

grads=Verkrümmung, die ja anfänglich kaum zu bemerken ist, nicht weiter vorschreiten kann, so verwächst sich diese kleine Abnormität auch wieder, wenn das Kind in seiner körperlichen Ausbildung vorschreitet. Mit einem Worte: je früher man den Uebelstand entdeckt und durch das beschriebene Band die Ursache desselben entfernt, je mehr kann man behaupten, daß dieses Band das unfehlbare Mittel gegen Rückgradsverkrümmungen sei.

Es kann aber das Uebel schon ziemlich vorgeschritten seyn, ohne daß es noch eine auffallende Verunstaltung bildet. Wie groß ist da immer noch der Gewinn, wenn man die Ursache beseitigt, und weiß, daß das Unglück nun nicht größer wird? Es giebt sehr viele Menschen, die an einer solchen Einseitigkeit leiden, denen aber Niemand etwas ansieht, und denen auch an ihrer übrigen Gesundheit nichts abgeht, weil der Grund dieser Einseitigkeit nicht in einem innern Fehler ihres Organismus, sondern nur in dem fehlerhaften Bette, in den zu hoch aufgebauten Kopfkissen zu suchen ist. Diese Leute sind ebenfalls als gerettet zu betrachten, so bald sie ein Mittel in Anwendung bringen, das dem Weiterschreiten ihrer Einseitigkeit wehrt. Wo aber freilich die Verunstaltung schon für jedermann sichtbar geworden, also weit vorgeschritten erscheint, ist die Einbiegung der Rippen zu tief, um das

Rückgrad selbst durch den Druck von einer eisernen Vorrichtung wieder gerade richten zu können. Wollte man dieß dennoch versuchen, so würde ein Nachtheil für die Gesundheit entstehen, weil die innern Organe dadurch ins Gedränge kommen. Da nemlich das Rückgrad deßhalb ausgewichen ist, um den durch das Einbiegen der Rippen verloren gegangenen innern Raum wieder herzustellen, so muß beim Geraderichten des Rückgrads mit Gewaltsmitteln ein Mangel an Raum entstehen und daraus ein inneres Siechthum erfolgen. Die weichen Theile, welche hier nicht ins Gedränge kommen, können die eingebogenen Rippen nicht herausdrücken, zumal da sie unterdessen mehr Härte gewonnen haben. Auch hat es mit den Rippen nicht die Bewandniß, wie mit dem Rückgrade, daß es aus einzelnen Wirbelknochen besteht, die einer Verschiebung fähig sind. Die Rippe, welche einmal verbogen ist, wird es bleiben, und folglich müssen die innern Organe an Verkümmerung leiden, wenn durch gewaltsames Geraderichten des Rückgrads der innere Raum verengt wird.

So viel kann der Verfasser den Leidenden zum Troste sagen, daß sich das beschriebene Band an Personen von 21 Jahren, welche wegen Rückgrads-Verkrümmung zum Militär-Dienste für untauglich befunden worden sind, noch so weit bewährt hat, daß nach einigen Jahren kaum mehr

etwas zu bemerken war. Die Einbiegung der Rippen ist natürlich nicht ganz verschwunden; aber da in den zwanziger Jahren die Brust sich erweitert, so fanden die innern Organe so viel Raum, als sie bedürfen, und die schiefe Stellung des Rückgrads verbesserte sich in Folge einer bessern Lage im Bette bedeutend, so daß nur Der eine kleine Abweichung noch bemerken konnte, welcher von dem früheren Stande der Sachen unterrichtet war. In vielen Fällen aber ist das Band nicht einmal nöthig, sobald das Bett nur flach, daß heißt: die Kopfkissen niedrig gemacht worden sind, weil dann der Grund wegfällt, den Kopf zu unterstützen, also die beschriebene nachtheilige Lage einzunehmen. Dieß hat sich bei einem Mädchen von 16 Jahren, welches schon sehr früh angefangen hatte, schief zu werden, recht auffallend bewährt. So bald das Bett verändert war, streckte das Mädchen seine Glieder behaglich auf das verbesserte Lager, der Oberkörper sank nicht mehr in die Hüften hinein, das Rückgrad zog sich in die Länge, und das Mädchen wurde ohne alles Weitere wieder so gerade, daß nur mit Mühe ein Unterschied zwischen der rechten und linken Seite zu erkennen war.

Ueberhaupt kommt der Fall öfter vor, als man glaubt, daß ein Mensch zeitweilig an einer gefährlichen Lage im Bette leidet. Junge Leute, die bald da, bald dort sind, treffen hier hohe Bet-

ten, dort flache, befinden sich im ersten Falle ganz unter den nachtheiligen Einflüssen hoher Kopfkissen, liegen mit dem Rücken auf dem Ellbogengelenke, und würden unfehlbar schief werden (wozu schon ein kleiner Anfang gemacht ist), wenn sie nicht ihr Glücksstern an einen andern Ort führte, wo flachere Betten im Gebrauch sind, und eine bessere Lage von selbst daraus folgt. Hier verwächst sich der kleine Anfang zum Schiefwerden wieder so weit, daß nur ein ganz schwacher, unschädlicher Eindruck in den Rippen bleibt, und der Arme hat einen Prozeß durchgemacht und in einer Gefahr geschwebt, von welcher er keine Ahnung hatte; vielleicht nie eine hat. Ja es ist wahrscheinlich, daß, wenn man unsere jetzige Bevölkerung einzeln untersuchte, unter 10 Individuen immer wenigstens Eines wäre, welches mehr oder weniger Spuren von den Folgen einer schlechten Lage im Bette aufzuweisen hat, wie sie in diesen Blättern oft erwähnt worden ist. Zu selten achtet ein Mensch auf seine Lage im Bette; am Abend ist man müde, man schläft bei hohen, wie bei niedrigen Kopfkissen ein, man hilft sich, so gut es geht, es fällt Keinem ein, im Bette eine Gefahr zu vermuthen, und doch sind dem Verfasser Familien mit zahlreichen Kindern bekannt, die alle kräftig und gerade zur Welt kamen und nach und nach alle schief wurden. Das nannte man ein Familien-Gebrechen, während

doch in Wahrheit nur eine falsche Ansicht der Hausfrau über die Beschaffenheit der Betten ihrer Kinder die Veranlassung zu all diesem Unheil war.

Ueber Schlaflosigkeit.

Nicht über Schlaflosigkeit im Allgemeinen soll hier die Rede seyn, denn diese hat so manichfache Ursachen, daß sie gar nicht mit Bestimmheit umgrenzt werden kann; nur Eine der vielen Ursachen der Schlaflosigkeit, welche oft vorkommt, sei hier abgehandelt.

Es ist genau zu unterscheiden, ob man beim Zubettegehen nicht einschlafen kann, und erst gegen Morgen in Schlummer geräth, oder ob man erst einschläft, aber mehr oder weniger bald erwacht, und dann nicht mehr schläft.

Die erste Art von Schlaflosigkeit kann vielerlei Ursachen haben. Sei es nun, daß eine ungewöhnliche Erregtheit der Nerven, eine Indigestion, kalte Füße, Hunger &c. die Schuld trägt, kurz, es ist etwas vorhanden, was den Schlaf hindert, und zwar so lange hindert, als diese Ursache andauert. Da muß man eben auf die Ursache zu kommen suchen und von dieser Art Schlaflosigkeit ist hier nicht die Rede.

Wenn man aber einschläft, wie es jeden Abend gewöhnlich ist, folglich alle zum Schlafe nöthigen

Bedingungen vorhanden sind, nirgends anfänglich sich eine Störung, ein Hinderniß zeigt, aber man nach einigen Stunden erwacht, und nun nicht mehr schlafen kann, da tritt die Störung erst in der Nacht ein, die vorher nicht vorhanden war. Von dieser Art Schlaflosigkeit soll hier die Rede seyn, da diese so unendlich häufig vorkommt, und ihr so leicht abzuhelfen ist.

Der Verfasser litt längere Zeit an einer solchen Störung der regelmäßigen nächtlichen Ruhe, schlief jeden Abend gleich nach dem Niederlegen ohne Anstand ein, erwachte aber jedesmal 1½ bis 2 Stunden nach dem Einschlafen wieder, und warf sich den übrigen größeren Theil der Nacht unruhig im Bette herum, beschäftigt mit seinen Lebenssorgen, wie es Jeder thut, welcher des nächtlichen Schlafes entbehrt, und nachdem er auf diese Weise mit steigendem Unbehagen den Morgen herandämmern sah, stand er matt und ermüdet auf, wie nach einem mühevollen Tage. Am Tage aber wandelte ihn öfters der Schlaf mit überwältigender Gewalt an.

Natürlich denkt man sich unter solchen Erscheinungen einen Krankheits-Zustand, und ein Mensch von der gewöhnlichen Art fragt den Arzt, dieser schreibt ihm „ein Rezept", denn er hat ja für alles Mittel, wenn sie auch nichts helfen können, und wenn er auch die Ursache des Uebels

nicht weiß, also den Feind nicht kennt, gegen den er zu Felde zieht. Hier wäre wieder ein weites Feld gewesen, um sich medezinisch darauf zu ergehen, wenn nicht der Zufall dabei das Beste gethan hätte.

Es kam nach den vielen schlaflosen Nächten plötzlich einmal Eine, in der ich eines herrlichen gesunden Schlafes mich erfreute, und schon hoffte ich, daß die schlaflose Zeit vorüber seyn werde, als in der nächsten Nacht wieder der alte Uebelstand eintrat. Bei'm Nachdenken über die Ursachen all' dieser abweichenden Erscheinungen fand ich sie endlich.

Man wird in vielen Schriften gewarnt, Abends den Magen zu beschweren, und ich hatte seit einiger Zeit es bequem gefunden, Abends kurz vor dem Niederlegen erst einige Tassen Thee mit etwas Butterbrod statt des Abendessens zu mir zu nehmen.

Es war schwarzer Thee, der nicht aufregt, es kam auch die Schlaflosigkeit durchaus nicht von einer Theeaufregung her, weil ich erst ganz ruhig einschlief, eine solche Aufregung aber am Einschlafen hindert.

An dem Abend aber, welcher der guten ruhigen Nacht voranging, hatte ich ein tüchtiges Abendessen zu mir genommen.

Es war mir jetzt klar geworden, daß es mir in den bösen Nächten an hinlänglicher Ernährung

Morgen fehlte, daß Thee und ein Stückchen Butterbrod zwar für den Augenblick genüge, um ruhig einschlafen zu können, daß aber nach einigen Stunden schon die Ernährung unterbrochen, und deßhalb kein Schlaf möglich sei. Um mich vollkommen ins Klare zu setzen, nahm ich noch einmal das gewöhnliche Quantum Thee und Butterbrod zu mir, hielt aber etwas Nahrhafteres bereit.

Ich erwachte 2 Stunden nach dem Einschlafen, wie immer. Als ich aber das Bereitgehaltene in der Nacht gegessen hatte, schlief ich ruhig bis zum lichten Morgen. Seitdem bin ich überzeugt, daß zu einem guten Schlaf durchaus eine bis zum andern Morgen ausreichende Ernährung erforderlich sei, und ich habe seitdem nie wieder eine schlaflose Nacht gehabt. — Wenn beim Einschlafen alle Bedingungen zu einem gesunden Schlafe vorhanden sind, und der Mensch auch einschläft, aber nach einiger Zeit wieder erwacht, so muß diesem Erwachen eine Ursache zu Grunde liegen, welche erst während des Schlafes eintritt. Da aber der Mensch im Schlafe nur mit seinen vegetativen Verrichtungen beschäftigt ist, so ist tausend gegen eins zu wetten, daß die Ursache des Erwachens in diesen Verrichtungen zu suchen sei.

Anfüllung der Harnblase, das Herannahen einer Stuhlverrichtung, oder die Unterbrechung der Ernährung sind solche Schlafstörungen. Bei mir

war es das Letztere, weil das Genossene nur längstens 2 Stunden den Ernährungswerkzeugen Beschäftigung gab.

Ernährung und Ruhe (Schlaf als der höchste Grad von Ruhe) bilden zusammen die Stärkung des Körpers; fehlt eine dieser Bedingungen, so ist die Wiederherstellung der Kräfte mangelhaft.

Da wird nun von den Medizinern immer davor gewarnt, Abends sich satt zu essen, und in Folge dessen leiden weit mehr Menschen an Schlaflosigkeit, als wegen Indegestionen.

Selbst Leute, die einen schwachen Magen haben, werden nur vor schwerverdaulichen, nicht aber vor nährenden und bis zum Morgen nachhaltigen Speisen zu warnen seyn.

Wenn ein Mensch von irgend einer Sorge, einem Kummer oder dergl. angefallen wird, geschieht es häufig, daß er Essen und Trinken vergißt, und seine Ernährung vernachlässigt. Statt daß er nun in der Nacht von den Leiden des Tag's ausruhte, weckt ihn die unterbrochene Ernährung in der Nacht auf, und mit dem wiederkehrenden Bewußtseyn kehrt ihm auch seine Sorge, sein Kummer zurück. Durch die Peinigung der Schlaflosigkeit die dazu kommt, scheint die Noth in der Nacht immer weit größer, als bei Tage, und so ist der Geplagte am

Morgen abgetrieben und rathlos, während er nach einer durchschlafenen Nacht gestärkt gegen die Widerwärtigkeiten des Lebens sich dem Kampfe gewachsen fühlte.

Es ist aber von höchster Wichtigkeit in solchen Lagen des Lebens, welche das Gemüth erschüttern, sich seine Leiden nicht durch selbstverschuldete Schlaflosigkeit in's Unendliche zu vergrößern.

Es giebt Personen, welche aus obigem Unzulänglichkeits-Grunde ihr Leben lang an solchen schlaflosen Nächten leiden, und mir versicherten, daß sie Abends nur eine leichte Suppe genössen, und dennoch von 12 Uhr an in der Nacht nicht schlafen könnten!!

Wem fällt hier nicht der ehrliche Eulenspiegel ein, der auf einer Feder so hart lag, und den Schluß machte: wie hart muß man erst auf so vielen Federn liegen, wie die reichen Leute in ihren Betten haben!!

In einem Badeorte lernte ich eine Dame kennen, welche dieses Leidens wegen schon viele Bäder gebraucht hatte, und vorher schon viele Apotheken. Sie aß, wie ich sah, alle Abende ihr dünnes, äußerst leichtes Süppchen. Eines Abends überredete ich sie, mit mir einen Capaun zu verzehren, und, o Wunder! trotz des Capauns schlief die Dame in dieser Nacht! — Ob dieß

ihr eine Lehre war für die Zukunft? das weiß ich nicht. Es giebt Leute, die sich in Vorurtheile eingewöhnen, Damen, die sich in ihrer Magenschwäche wohlgefallen; die wird weder ein Vernunftgrund, noch eine Erfahrung heilen.

Ueber das Wundfieber.

Bei Knochenbrüchen soll Wundfieber entstehen, und um es zu vermeiden, wird angeordnet, daß der Patient in den ersten 8 Tagen nur von Wassersuppen leben soll. Man ißt Wassersuppen und dennoch kommen die abscheulichen Erscheinungen, daß der Patient vom Schlafe aufschreckt, oder vielmehr jedesmal, wenn er einschlafen will, zusammenfährt, scheinbar das gebrochene Glied verliert, und also nie zum Einschlafen kommt. Durch das mehrtägige Wachen und Wassersuppenessen wird er schwach im Kopfe, delirirt in dem immer halbwachen Zustande, und diese Qual nennt man Wundfieber und macht den Schluß: wenn es bei Wassersuppen schon so heftig ist, wie würde es erst seyn bei kräftigen Speisen?! — Die Sache ist allerliebst!

Der Verfasser hatte in seinem Hause in verschiedenen Zeiträumen nacheinander drei Knochenbrüche. Beim Ersten und Zweiten war Wasser-

suppe und das oben beschriebene Wundfieber, so daß in den ersten 8 Tagen und Nächten beständig ein Wächter am Bette stehen mußte, welcher den Patienten hielt, wenn er aufschreckte, damit er den Verband nicht verrückte. Beim dritten Falle betraf es den Verfasser selbst — er brach den Arm.

Nach dem Verbande und der eingenommenen warmen Wassersuppe legte sich derselbe zu Bette, um das Schlafen zu versuchen. Aber kaum wollte es dazu kommen, so stellte sich das beschriebene lästige Aufschrecken ein, und wiederholte sich, so oft ich nahe am Einschlafen war.

Nun ja, dieß war meiner Meinung nach das mir bekannte Wundfieber, und ich hatte die Aussicht, in diesem Kampfe zwischen Einschlafen und Aufschrecken 8 Tage lang zu verharren.

Da dachte ich in meiner Noth: wenn die Wassersuppe einmal nicht vor dem Wundfieber schützt, wozu denn Wassersuppe? und ließ mir kräftigere Nahrung geben, in der Meinung: viel schlimmer könne es wohl auch nicht werden. Als ich gegessen hatte, legte ich mich zu Bette, und schlief ohne alle Anfechtung bis zum lichten Morgen.

Das ließ ich mir gesagt seyn, verbannte die Wassersuppen und schlief die folgenden Nächte mehr oder weniger gut.

Dieses Mehr oder Weniger hing von dem Nahrungswerthe der Speisen ab, die ich zu mir

nahm. Hatte ich etwas Gutnährendes erhalten, dann schlief ich die ganze Nacht ohne Unterbrechung; war aber mein Abendbrod leichterer Art, so erwachte ich früher, immer etwas aufgeschreckt; und man kann wirklich in den ersten Tagen nach einem Knochenbruche die beste Scala über den Nahrungs-Werth der Speisen ausmitteln.

Mit einer Wassersuppe z. B. ist der Magen noch vor Verlauf einer halben Stunde fertig, was soll er dann die ganze übrige Nacht anfangen?

In diesem Falle ist also das Wundfieber eine vom Arzte gemachte und falsch benannte Krankheit, denn sie sollte Hunger-Fieber, oder ganz einfach H u n g e r genannt werden.

Man wird zwar einwerfen, daß es ein Unterschied sei zwischen einem einfachen Knochenbruche und einer starken Verletzung der Fleischtheile, oder Zerschlagung ganzer Glieder rc. — Aber sehe man nur der Sache auf den Grund, so wird man finden, daß auch dort der Magen seine e n t s c h i e d e n e Rolle spielt.

Ist vielleicht der so Zerschmetterte eine Zeit lang bewußtlos gewesen, oder war er dermassen alterirt, daß er keine Nahrung zu sich nahm, so ist er in den obenbeschriebenen Zustand gerathen, den man fälschlich Wundfieber nannte. So bald er aber wieder anfängt, sich zu ernähren, wird er ruhig seine Leiden tragen.

Was soll auch bei einem solchen Falle, wo es darauf ankommt, Fehlendes zu ersetzen, eine Thätigkeit zu entwickeln, um einen materiellen Schaden auszubessern, was soll da auch noch der Hunger? Wozu soll die ungeheure Qual der Nächte, wo der Mensch die Kräfte, die er ursprünglich hat, in schmerzhafter Schlaflosigkeit verjammert?

Wenn ich mir z. B. in einem Feldspitale so viele hundert Verwundete denke, und Aerzte dazu, die noch Hunger für nöthig halten zur Genesung, da möchte einem ehrlichen Christenmenschen das Herz brechen vor Jammer.

Ueberhaupt wenn ich an Feldspitäler denke, da ergreift mich — wie Marquis Posa sich ausdrückt — „schaudernde Bewunderung.“

Dort ist die Hungerkur zu Hause! Wenn auch ein Feldspital kein Ort seyn kann, nach dem man sich sehnt, ja wenn es auch abschreckend genug zu seyn pflegt, daß selbst am Tage einer Schlacht Jeder lieber ins Feuer geht, als ins Spital, so ist es doch schaudererregend, wie der sogenannte Spital-Typhus Tausende von den Söhnen des Vaterlandes hinwegrafft, und man weiß, daß diese Krankheit ganz gleichbedeutend mit dem sogenannten Hunger-Typhus, und dieser wieder nichts Anderes ist, als das letzte Stadium des Verhungerns, und daß diese vielen Leute unter der sorgsamen Pflege des Sanitäts-Personals verhungern.

Ist auch der Hunger ein Mittel, Jedem das Spital zuwider zu machen, so müßte doch bei Verwundeten, die aus andern Gründen nicht fortkönnen, so etwas nie vorfallen dürfen. Es fällt aber vor, weil man auch da, wo gute kräftigende Nahrung am allernöthigsten wäre, Wassersuppen, und folglich Hunger, für nöthig findet.

Mastdarm-Vorfall.

Der Verfasser hatte einen gesunden Jungen, der ihm aber längere Zeit viele Sorge machte, weil er einen Mastdarm-Vorfall hatte, d. h. ihm bei jedesmaliger Stuhl-Verrichtung der Mastdarm theilweise heraustrat, was eine beständige Aufmerksamkeit erforderte, der täglich mehrmaligen, nicht eben appetitlichen Nachhülfe zur Wiederherstellung in den vorigen Stand nicht zu gedenken.

Es war ein unglückliches Kind, das übrigens ganz gesund, aber gerade hier — wie man mir sagt — eine Schwäche hatte, und was das heißt, unter mehreren Andern auch ein unglückliches Kind zu haben, das weiß nur ein Familienvater, der in dem Falle war. Wie leicht kann eine solche Schwäche bleiben, und einen Menschen zeitlebens unglücklich machen! —

Es wurde also beschlossen, dieser Sache mit allen Mitteln, die aufzutreiben waren, entgegenzutreten. Natürlich wurde etwas verschrieben, was in einer Apotheker-Büchse aufbewahrt war, und

aus China, oder sonst woher stammt, etwas, das gerade diesen Theil stärkte, eingenommen, etwas Anderes, das diesen Theil des menschlichen Unterfutters zusammenzog, äusserlich angewendet, aber — das Uebel blieb.

Endlich nach langer medizinischer Behandlung kam es an den Tag, daß es mit diesem Uebel nicht viel anders beschaffen war, als mit dem schreienden Kinde, welches die Wanzen beißen.

Als ich nemlich zufällig sah, wie der Junge sich auf den Topf setzte, gewahrte ich, daß die fleischige Hinterparthie desselben gerade die ganze Oeffnung des Topfes ausfüllte, und der Junge sich ziemlich tief in die Oeffnung einzwängte und so sich der Ausgang des Mastdarms auseinander zog. Ich hob schnell das Kind auf, und setzte es auf eine ähnliche, aber für größere Personen eingerichtete Maschine, und, siehe da! der Mastdarm-Vorfall war verschwunden von dieser Stunde an, und hat sich nie wieder gezeigt.

Gleiche Bewandniß wird es wohl bei andern Kindern, welche an diesem Uebel leiden, auch haben; eine rein mechanische Ursache ist der Grund des Uebels, und man übersieht sie, weil man gewöhnt ist, nur an jene Büchsen zu denken, in welche eine Wissenschaft alles hineingebannt hat, was die Welt erhält, oder was sie aus den Angeln hebt, je nach dem Rezepte.

Hatte doch ein Freund von mir auch schon mehrere Wochen Einreibungen am Fuße gemacht, um das häufige Uebertreten (Umkippen) des Fußes, an dem er seit einiger Zeit litt, und das sein Arzt für eine Schwäche in den Flexen und Bändern erklärte, zu heilen, — als es sich plötzlich zeigte, daß nicht schwache Bänder, sondern „schlechte Stiefeln" die Schuld trugen. Es hatten sich in seine Stiefel-Sammlung ein Paar Neue eingeschlichen, an denen die Absätze einwärts geschnitten waren, und zwar auf der einen Seite mehr als auf der Andern.

Welchen Aufwand von Gelehrsamkeit kostet es da, um die rechte Salbe zu finden, die am Ende, wenn diese Stiefeln zerrissen waren, wohl auch geholfen hätte!

Ueber häusliche Einrichtungen in Beziehung auf Gesundheitspflege.

Wer zweifelt wohl daran, daß das Haus, welches man bewohnt, großen Antheil hat an unserm Wohl oder Uebelbefinden? Und doch wird so häufig gefehlt gegen die allgemeinsten Regeln, daß es wohl nöthig scheint, auf dieß und Jenes aufmerksam zu machen — denn auch für die aus fehlerhafter Einrichtung entstehenden Uebel ist kein Kraut gewachsen, wenn nicht dem Fehler abgeholfen wird, der in der Einrichtung des Hauses liegt, welches man bewohnt. Hier will ich in Beispielen sprechen, von denen sich jeder Leser die Nutzanwendung machen kann.

Etwas sehr Gefährliches für die Gesundheit ist der feine, fast unempfundene Zug der Luft durchs Zimmer — nicht an und für sich, sondern nur dadurch, daß wir uns demselben dauernd aussetzen, und er immer auf dieselbe Weise auf uns wirkt. Z. B. eine Dame hat ihr Nähtischchen am Fenster stehen, wie es so häufig aus Liebhaberei geschieht, und diesem Fenster gegenüber ist die Zimmerthüre;

an diesem Fenster bringt die Dame täglich 6—8 Stunden zu, da ist hundert gegen eins zu verwetten, daß diese Dame leidend ist. Sie wird entweder Rheuma, Zahnschmerz, Kopfschmerz, permanenten Schnupfen, oder alles dieses zusammen haben, wenn das Fenster die längste Zeit des Jahres nicht mit einem Vor- oder Winterfenster verwahrt ist.

Aber es ist nicht einmal nöthig, daß man seinen Arbeitsplatz am Fenster aufgeschlagen hat, man kann mitten im Zimmer sitzen, aber sitzt man nur in der directen Linie zwischen Thüre und Fenster, so ist man nur wenig gebessert.

Ich kenne einen Gelehrten, der einen solchen unglücklichen Platz für seinen Schreibtisch hat, und leidend ist, den Arzt und Apotheker in Bewegung setzt, und Badereisen gegen sein Uebel unternommen hat, aber sich nicht entschließen kann, das Natürlichste und Wohlfeilste aller Mittel dagegen in Anwendung zu bringen, nemlich dem Arbeits-Tisch einen andern Platz zu geben. Sein Hausarzt natürlich macht ihn darauf nicht aufmerksam; die Gedanken eines solchen wählen ja nur in den bewußten Büchsen; andere Dinge, welche die Gesundheit gefährden, gehen ihn ja nicht an; auch fühlt er durchaus den Beruf nicht, dem Menschen Mittel anzugeben, die Gesundheit zu erhalten, denn er lebt ja von den Störungen derselben. Da gibt sich so manche Familie dem wohl-

thuenden Wahne hin, in einem Hausarzte einen Hausfreund gefunden zu haben, welcher über die einzelnen Familienglieder und ihr Wohlbefinden wacht, wie die Henne über ihre Küchlein. Aber manche solche eingelullte Familien täuschen sich schwer! Wenige solche Hausfreunde sind das wirklich, wofür sie sich ausgeben. —

Aber nicht nur Thüren und Fenster erzeugen den nachtheiligen Zug im Zimmer, sondern auch — und darauf muß ganz besonders aufmerksam gemacht werden — Ofen und Fenster, wenn der Ofen, wie es in manchen Gegenden fast durchgängig der Fall ist, im Zimmer geheizt wird.

In diesem Falle ist immer eine Luftströmung durch den Ofen in den Schornstein vorhanden, und das, was auf diesem Wege aus dem Zimmer ausströmt, wird durch die Spalten des Fensters wieder von aussen herein ersetzt.

Ein Freund des Verfassers litt häufig an rheumatischem Zahnweh und Geschwulst im Gesichte. Es schien dieß ein chronisches Leiden zu seyn, das immer wiederkehrte. Endlich, nachdem er manches Medicament vergeblich angewendet hatte, wurde er gründlich geheilt durch Versetzung seines zwischen Thür und Fenster stehenden Arbeitstisches und seines Bettes, welches dem Zuge zwischen Fenster und Ofen ausgesetzt war.

Wenn ich solche Beispiele aufführe, welche beweisen, daß ausser der Apotheke auch noch Heil ist, und daß ein bloßer Rezeptenschreiber kein Arzt genannt zu werden verdient, so verwahre ich mich feierlichst vor dem Vorwurfe, daß ich der Wissenschaft und ihren Priestern zu nahe treten wolle. O nein! Die Heilwissenschaft hat ihre gediegenen Goldkörner, und unter den Aerzten kenne ich Männer, die mir hohe Achtung abgedrungen haben.

Dem Publikum ist es freilich auf der andern Seite auch zur Gewohnheit geworden, nur die Rezepte als eigentliche ärztliche Verdienste und Bemühungen zu betrachten, und einen andern guten Rath, selbst wenn er hundertmal mehr werth wäre, als ein Dutzend Rezepte, die nur geschrieben sind, um etwas verschrieben zu haben, nicht eben hoch anzuschlagen. Das ist nun freilich auch ein großer Fehler.

Hätte ich z. B. die obenbeschriebene Schlaflosigkeit in der zweiten Hälfte der Nacht, und es sagte mir mein Arzt: „wenn Du am Abend etwas Nährendes zu Dir nimmst, was die Verdauungswerkzeuge bis zum Morgen beschäftigt, so wirst Du schlafen können“ und ich fände das bestätigt, und ich wäre von dem lästigen Uebel be-

freit, so würde ich diesen Rath als einen recht wesentlichen ärztlichen Dienst betrachten und honoriren, und würde dankbar dafür seyn, daß er mir die Natur nicht mit schädlichen Schlafpulvern oder Tränken ruinirt, oder mich mit anderer Quacksalberei mystifizirt hat. So billig ist nun nicht Jedermann, viele denken in einem solchen Falle: ei, das war ja nicht einmal eine Krankheit! — O ja, es war eine, und derjenige, der mich auf dem kürzesten und natürlichsten Wege davon befreit, ist seines Lohnes werth.

Die schlimmsten Krankheiten sind oft unsre Vorurtheile, und wer uns davon befreit, sollte kein Verdienst um uns haben?

Gegenseitige Ehrlichkeit ist eben auch bei diesem Verkehre dringend anzurathen.

Druck von Th. Mizler in Schwabach.

Es wird keine undankbare Arbeit sein, das Publikum auf die bisherigen kleinen Schriften des Herrn **Dr. Rosch** aufmerksam zu machen, welche durch die eigenthümliche Anschauungsweise, mit welcher sie ihre Materien behandeln, interessant und in allen Lebensperioden nützlich sind. Es ist auf wenigen Bogen soviel Kern und Inhalt niedergelegt, daß kein Leser die Blätter unbefriedigt aus der Hand legen wird. Es sind im Einzelnen folgende, und sämmtlich bei J. L. Lotzbeck in Nürnberg erschienen:

Das Bette, der Schlaf und der Traum, deren Einwirkung auf die Gesundheit, und hauptsächlich auf die Entwicklung der Kinder, sowie auf die Erhaltung eines immer frischen Aussehens, für Jedermann, zunächst aber für Eltern und Erzieher. 3te Aufl. 1854. 8. 3 Bogen. broch. à 18 kr. oder 5 Sgr.

Dieß Schriftchen zeigt mit überzeugender Klarheit, daß das Liegen im Bette durchaus kein so gefahrloser Zustand ist, als man allgemein glaubt, sondern daß eine Menge Gebrechen von unzweckmäßigen Betten und schlechter Lage in demselben herrühren.

Die wahre einzige Grundursache der meisten chronischen Krankheiten, besonders der beständigen Leiden des weiblichen Geschlechts. Zur Beförderung des Familienglücks, sowie ein Beitrag zur Gesetzgebung und Volksbildung. 2te Aufl. 1854. gr. 8. 3½ Bogen. broch. 24 kr. oder 7½ Sgr.

Hier hat der Herr Verfasser eine Quelle entdeckt, aus der die meisten schleichenden Uebel und Leiden der Menschen stromweise fließen, und die bisher nicht beachtet worden ist. Die aufgestellten Wahrheiten sind von einer Wichtigkeit für das Menschengeschlecht, wie keine andere Entdeckung.

Die Noth im Volke, die Unzufriedenheit und die Auswanderungen. Oder Mittel denselben vorzubeugen und gänzlich zu heben. 2. Aufl. 1854. 8. 5 Bogen. broch. 24 kr. oder $7^1/_2$ Sgr.

Hier findet der geneigte Leser, wie es oft in der Macht des Einzelnen steht, sich im lieben alten Vaterlande wohl zu befinden, wenn man nur will, statt über dem Ocean sich ein neues Vaterland zu suchen.

Die Erkenntniß und Heilung des Nervenfiebers. Seine Entstehung, sein Verlauf und Ende. 2te Aufl. gr. 8. 2 Bogen. geh. 5 Sgr. oder 15 kr.

Nach des Herrn Verfassers Ansicht ist das s. g. Nervenfieber in den meisten Fällen die am leichtesten zu heilende Krankheit, und der Moment, in welchem der Kranke ins Delirium verfällt, derjenige, wo das Einschreiten geschehen muß. Schlesien, wo 1847 Tausende am Typhus starben, lieferte hauptsächlich den Beweis für die Richtigkeit der Ansicht des Herrn Verfassers.

Die Weihe des Jünglings zum Manne. Mitgabe für gebildete Söhne bei ihrem Eintritt in das Leben, oder Anleitung zur Erhaltung eines gesunden kräftigen Körpers und immer heitern, lebendigen Geistes. 2te Aufl. gr. 8. 8 Bogen. geh. 9 Sgr. oder 30 kr.

Jeder Vater, jede Mutter sollte ihrem geliebten Sohne beim Abschiede aus dem Elternhaus dieses Schriftchen mitgeben, worin die Erfahrungen eines vielbewegten Lebens niedergelegt und die Klippen gezeigt sind, die man im Leben zu umsegeln hat, um glücklich einst am Ziele zu landen.

In vielen kritischen Journalen ist nicht nur diese Schrift, sondern auch die übrigen oben angeführten mit der größten Anerkennung und Weiterempfehlung besprochen worden. —
